

## Stages Michel Rossignon, depuis 1978... par passion!

### Programme 5-8 ans

<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
Inscriptions à partir de 9h00	9h00 : RDV aux vestiaires	9h00 : RDV aux vestiaires	9h00 : RDV aux vestiaires	9h00 : RDV aux vestiaires
<b>Thème : Le mouvement</b>	<b>Thème : La précision</b>	<b>Thème : La compétition</b>	<b>Thème : S'améliorer</b>	<b>Thème : Conclusion</b>
9h00 - 10h00 <b>Composition des groupes</b>	9h20 - 9h45 <b>Echauffement : La dextérité</b>	9h20 - 9h45 <b>Echauffement : La mobilité</b>	9h20 - 9h45 <b>Echauffement : La vitesse</b>	9h20 - 9h45 <b>Echauffement : La coordination</b>
10h00 - 10h45 <b>L'enfant et son schéma corporel</b>	9h45 - 10h45 <b>L'enfant et son adversaire</b>	9h45 - 10h45 <b>L'enfant et son partenaire</b>	9h45 - 10h45 <b>L'enfant, la balle et le but</b>	9h45 - 10h45 <b>Rappel des thèmes de la semaine</b>
11h00 - 12h00 <b>L'enfant et la balle : éval individuelle</b>	11h00 - 12h00 <b>3 contre 3 : Le jeu en triangle</b>	11h00 - 12h00 <b>Jeux préparatoires football</b>	11h00 - 12h00 <b>Jeux spécifiques football (5 contre 5)</b>	11h00 - 12h00 <b>Réflexion espace / corps</b>
12h00 - 13h00 <b>Repas</b>	12h00 - 13h00 <b>Repas</b>	12h00 - 13h00 <b>Repas</b>	12h00 - 13h00 <b>Repas</b>	12h00 - 13h00 <b>Repas</b>
13h00 - 13h15 <b>Remise en mouvement</b>	13h00 - 13h15 <b>Remise en mouvement</b>	13h00 - 13h15 <b>Remise en mouvement</b>	13h00 - 13h15 <b>Remise en mouvement</b>	13h00 - 13h15 <b>Remise en mouvement</b>
13h15 - 14h15 <b>Tournois 2 contre 2</b>	13h15 - 14h15 <b>Conduite de balle et dribble (duel)</b>	13h15 - 14h15 <b>Concours jeunes footballeurs</b>	13h15 - 14h15 <b>Vers le mouvement collectif</b>	13h15 - 14h15 <b>L'enfant marque un but</b>
14h30 - 15h30 <b>Le contrôle et la maîtrise du ballon</b>	14h30 - 15h30 <b>Jeux collectifs (mains - pieds)</b>	14h30 - 15h30 <b>Parcours technique concours JF</b>	14h30 - 15h30 <b>Gagner la balle et jouer</b>	14h30 - 16h45 <b>Coupe du monde</b>
15h45 - 16h45 <b>Champion's League</b>	15h45 - 16h45 <b>Champion's League</b>	15h45 - 16h45 <b>Champion's League</b>	15h45 - 16h45 <b>Champion's League</b>	15h45 - 16h45 <b>Coupe du monde</b>
16h45 - 17h00 <b>Cooling down et conclusion</b>	16h45 - 17h00 <b>Cooling down et conclusion</b>	16h45 - 17h00 <b>Cooling down et conclusion</b>	16h45 - 17h00 <b>Cooling down et conclusion</b>	16h45 - 17h00 <b>Cooling down et conclusion</b>

**Repos de 15 minutes entre chaque entraînement**

**Garderie gratuite de 8h00 à 9h00 et de 17h00 à 18h00**